

令和7年
(2025年)

5/1号

No. 1372

毎月1日・15日発行

広報 ひがしくるめ

みんないきいき 活力あふれる 湧水のまち

今号の主な内容

- ・児童育成手当新規申請の受け付けを開始します… 3面
- ・自転車安全利用TOKYOキャンペーン …… 5面
- ・市民大学短期コース受講生募集 …… 8面
- ・東久留米 こいのぼりアート …… 10面

発行/東久留米市 編集/企画経営室秘書広報課
〒203-8555 東久留米市本町3-3-1 ☎042・470・7777(代)

東久留米市ホームページ
<https://www.city.higashikurume.lg.jp/>



東久留米市

検索

地域の身近な相談相手

民生委員 と 児童委員



民生委員・児童委員キャラクター
「ミンジー」

☎福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749

民生委員・児童委員は、同じ地域で生活をする住民の一員として、住民の立場にたってまちの福祉を担う活動を行っています。地域に暮らす身近な相談相手として住民からの生活上の心配ごと、医療や介護、子育ての不安などの相談に応じており、その課題が解決できるよう行政をはじめ必要な支援や適切な福祉サービスへの「つなぎ役」になります。

主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。民生委員・児童委員や学校、子ども家庭センターなどの児童福祉関係機関と連携しながら、協力して課題解決に向けた活動にあたっています。

民生委員・児童委員には、
守秘義務が課せられています。
安心してご相談ください。

お住まいの地域の民生委員・児童委員の
相談先は2面をご覧ください。

民生委員・児童委員PRイベント

全国民生委員児童委員連合会では、毎年5月12日を「民生委員・児童委員の日」としています。民生委員・児童委員の活動をより多くの皆さんに知っていただくため、市でもPR活動を行います。

パネル展

活動や取り組みなどを紹介するパネルを展示します。

☎ 5月26日(月)～28日(水)、
いずれも午前10時～午後4時

☎ 市役所 1階屋内ひろば



木山裕策さんのミニ・コンサート&トークイベント

歌手の木山裕策さんに主夫として家族を支えた日々や家族の大切さについてお話しいただきます。

☎ 5月26日(月)午後2時開演(1時半開場)

☎ 市役所 1階市民プラザホール

☎ 先着100人(要予約) ☎ 無料

☎ 5月7日(水)午前9時～23日(金)午後5時に申し込みフォームで



申し込み
フォーム

市長の一日民生委員

市長に1日民生委員を委嘱し、その後PR活動を行います。

☎ 5月26日(月)午前9時半～11時半

☎ ルート 市役所 1階屋内ひろば(委嘱式) → 東久留米駅西口(啓発ティッシュ配布) → 市役所正面入口(啓発ティッシュ配布)

5月17日(土)に 総合水防訓練を実施します

☎防災防犯課 ☎042・470・7769



前回の様子

市内では毎年、台風の接近やゲリラ豪雨に伴い、住宅地の浸水や倒木など都市型水害の被害が発生しています。

そこで、雨のシーズンを前に、市では、東久留米消防署、田無警察署、市消防団などの防災関係機関と東久留米市建設業協会との連携訓練を実施します。市民の皆さんの参加および見学をお待ちしています。

☎ 5月17日(土)午前10時～11時半、不動橋広場(新川町1-17)

主な訓練内容

風水害の対応(道路啓開、救出救助)訓練、土のう作製

地域で活動する 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員への相談は、お住まいの区域を担当する委員など(下表参照)へご相談ください(1面に関連記事があります)。なお、民生委員・児童委員の連絡先や、一覧表に載っていない地域については、お問い合わせください。また、民生委員・児童委員の活動に興味がある方もご連絡ください。

☎福社総務課福祉政策係 ☎042・470・7749



東部地区協議会		中部地区協議会		西部地区協議会	
担当区域	氏名	担当区域	氏名	担当区域	氏名
神宝町一丁目の全域	大矢 由紀子	学園町一丁目の全域	半澤 佐和子	前沢四丁目の全域	高沼 恵子
神宝町二丁目の全域	渡辺 愛女御	学園町二丁目の全域	小山 三千生	前沢五丁目1番～19番	白築 純子
金山町一丁目の全域	西山 久美子	本町一丁目の全域	蓮池 繁信	八幡町一丁目1番～6番	境 美智子
金山町二丁目の全域	櫛笥 亮恵	本町二丁目の全域	宮澤 トヨ子	八幡町二丁目の全域	小寺 靖子
氷川台一丁目の全域	貫井 美代子	本町三丁目の全域	都築 美紀子	八幡町三丁目の全域	野村 善昭
氷川台二丁目の全域	出井 幹枝	小山一丁目の全域	三浦 実岐	野火止一丁目、下里一丁目の全域	酒井 宗作
東本町1番～8番	深海 和子	小山二～三丁目の全域	小山 清	野火止二丁目の全域	菅原 真弓
東本町9番～16番	大野 浩子	小山四～五丁目の全域	小山 泰弘	下里二丁目の全域	宮崎 孝子
大門町一丁目の全域、大門町二丁目1番～8番	小杉 弘子	幸町四丁目、中央町六丁目の全域	中島 春江	下里三丁目の全域	井上 喜美子
大門町二丁目9番～14番	井原 恵子	中央町一丁目の全域	高橋 裕子	下里四丁目1番1号～15号、2番～4番	松田 緑
新川町一丁目の全域	平澤 成美	中央町二丁目の全域	早川 重義	下里五～六丁目の全域	宮本 千恵子
新川町二丁目の全域	山口 則子	中央町三丁目の全域	澤山 葉子	下里七丁目の全域	島崎 光江
浅間町一丁目の全域	久保田 あや子	中央町五丁目、前沢一丁目の全域	松本 貞夫	滝山三～四丁目の全域	白井 栄子
浅間町二丁目の全域	鶴見 佳子	南沢二丁目の全域	下田 富夫	滝山五丁目の全域	松原 佳織
浅間町三丁目1番～14番	上村 芽衣	南沢三丁目の全域	小柳 真理子	滝山六丁目1番	井上 かおり
浅間町三丁目15番～30番	武山 千鶴	南町一丁目の全域	澤田 理恵子	滝山六丁目2番	上田 和俊
主任児童委員	丸山 美緒	南町二～四丁目の全域	福泉 まゆみ	柳窪四～五丁目の全域	奥住 弘子
主任児童委員	佐藤 玲子	主任児童委員	馬本 房子	主任児童委員	矢部 晶代
		主任児童委員	府川 ゆう子	主任児童委員	永野 真美

市民と市長の座談会

「竜馬が来る」を実施します

☎生活文化課市民相談・施設係 ☎042・470・7738

市長が市民の皆さんと直接お会いし、市民の皆さんが設定した市政に関するテーマについて意見交換を通じて、市民の皆さんのご意見などを伺います。

☎7月5日(土)午前11時～正午 ▼7月5日(土)午後2時～3時
▼7月27日(日)午前11時～正午 ▼7月27日(日)午後2時～3時
※応募団体が開催希望日時を上記の中から1つ設定。

☒応募団体が手配する市内の会場(個人宅は除く)

☒市内在住または在学の方が在籍するおおむね5人以上の団体
※参加人数はおおむね5人以上20人以内

☒4団体(各日時1団体。応募多数の場合は抽選)

☒▼応募団体が市政に関するテーマを設定▼会場設営、司会進行などは応募団体で行ってください

☒5月15日(木)～30日(金)午後5時に、申し込みフォームまたは「市民と市長の座談会申込書」に必要事項を記入の上、生活文化課(市役所2階)へ持参を。申込書は市HPからダウンロードまたは同課窓口で取得可



申し込みフォーム



配布チラシ

市LINE公式アカウント を活用しよう!

友だち追加はこちら



LINE(友だち追加)

☎秘書広報課広報係 ☎042・470・7708

市LINE公式アカウントでは、イベント情報や防犯情報、補助金の情報などを発信しています。受信したいジャンルの情報だけ選んで受信できますので、ぜひ友だち追加をお願いします。

※受信ジャンルの設定を行っていないと、市からの情報は届きません。お済みでない方は下部のメニュー画面から設定をお願いします。



受信したいジャンルにチェックを入れることで設定できます。設定はいつでも変更可能です。

■受信ジャンル

- 市の魅力や観光
- 子育て
- 防災・消防
- 消費生活・防犯
- イベント
- 健康・福祉介護
- ごみ・環境
- 補助金・給付金等
- 職員採用
- その他行政情報



市HP

国民健康保険「kencom」 で健康増進

☎▼国民健康保険について＝保険年金課 ☎042・470・7733
▼特定健康診査について＝健康課 ☎042・477・0013

■「kencom」とは

国民健康保険に加入している18歳(今年度19歳到達)以上の方を対象に、被保険者の健康づくりを応援するアプリです。

■「kencom」の特徴

最新の健診結果をもとに、将来の生活習慣病の発症リスクを予測する「発症予測(ひさやま天気予報)」や、日々の生活の中で役立つ健康情報が定期的に配信される性別、年代、健診結果、利用ログからその方の健康状態・趣味嗜好に合わせた記事をお届けする「健康情報の提供」、無理なく続けられて効果的な行動計画を提案する「行動メニューの設定」など、思わず健康づくりに取り組みたくなる機能を数多く備えています。



■アプリ利用のメリット

日々の健康づくりを記録したり、特定健診やがん検診などを受診したりすることなどでポイントが貯まり、貯まったポイントは、各種商品と交換することができます。

ぜひ、お得で便利な「kencom」をご自身の健康増進にご活用ください。



■参加方法

市HPの「健康増進・サポート事業」のページにあるリンク先からアクセスできます。

※登録の際は「東久留米市国民健康保険の記号番号」・「顔写真付き本人確認書類」と「メールアドレス」が必要です。



市HP

児童育成手当新規申請の 受け付けを開始します

☎児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736

児童育成手当(育成手当、障害手当)は6月分以降、7年度(6年中)の所得を対象に審査を行います(下表参照)。支給対象に該当する方で、これまで所得超過などにより受給していない方のうち、新たに該当すると思われる方は、早めに申請してください。

申請に必要な書類や制度の詳細については、市HPをご覧ください。手当は、申請した月の翌月分から支給の対象となります。申請は随時受け付けていますが、申請が遅れた場合、遅れた月数分の手当が受けられませんので、5月中旬に児童青少年課(市役所2階)へ申請してください。



市HP

必要書類

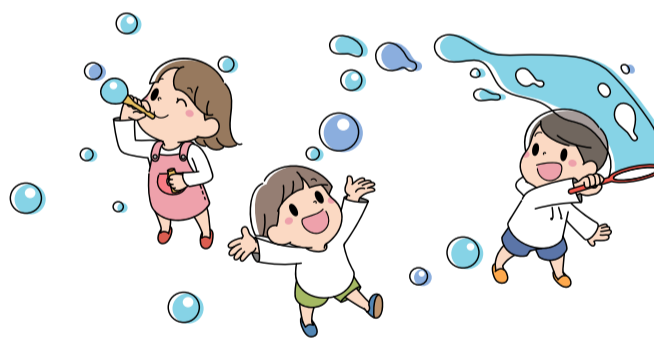
- ①銀行口座のわかるもの
- ②請求者および児童の戸籍謄本
(障害手当のみ申請の場合は不要)

☎▼受給要件によっては、他の書類が必要ですので、児童青少年課助成支援係へ問い合わせてください。

▼現在受給中の方は6月中旬に現況届を郵送しますので、必ず提出してください。

表 7年度(6年分)児童育成手当所得制限限度額

扶養親族等の人数	限度額
0人	360万4,000円未満
1人	398万4,000円
2人	436万4,000円
3人	474万4,000円
4人	512万4,000円
5人	550万4,000円
5人以上一人増すごとに加算する金額	38万0,000円



◎育成手当

支給対象 次のいずれかに該当する18歳到達後の最初の3月末日までの児童を扶養している方

- ▼父または母が死亡
- ▼父母が婚姻を解消
- ▼父または母が生死不明
- ▼父または母が1年以上遺棄している
- ▼父または母に保護命令が発令されている
- ▼父または母が1年以上拘禁されている
- ▼母が婚姻によらず懐胎し、父に養育されていない
- ▼父または母に重度の障害がある(身体障害者手帳1・2級程度)

支給金額 月額1万3,500円(児童1人当たり)

◎障害手当

支給対象 次のいずれかに該当する20歳未満の児童を扶養している方

- ▼身体障害者手帳1・2級程度
- ▼愛の手帳1～3度
- ▼脳性まひまたは進行性筋萎縮症

支給金額 月額1万5,500円(児童1人当たり)

市民生活

7年度の市民税・都民税の主な税制改正

7年度の市民税・都民税の主な税制改正内容は次の通りです。詳細は市HPをご覧ください。



市HP

改正内容▼住宅ローン控除(住宅借入金等特別税額控除)の拡充・延長▼同一生計配偶者に係る定額減税
◎同一生計配偶者に係る定額減税
次の項目全てに当てはまる方を対象に、個人住民税

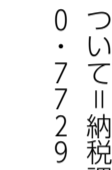
の所得割額から、1万円を減税します。
①令和6年分の合計所得金額が1000万円を超え1805万円以下の方
②個人住民税所得割が課税されている方
③控除対象配偶者以外の同一生計配偶者(※)を有する方

7年度軽自動車税(種別割)の納税通知書の発送

バイクや軽自動車等の所有者に課税される、7年度の軽自動車税(種別割)の納税通知書を5月2日(金)に発送します。

通知書に記載されている金融機関・ゆうちょ銀行(郵便局)・コンビニエンスストア・スマートフォンアプリまたは納付書に印刷された「e-LEQR」(二次元コード)を利用することで納付ができます。

ただし、国外居住者は除きます。
課税市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)、納付方法について ☎納税課 ☎042・470・7729



納税通知書について ☎課税市民税係 ☎042・470・7777(内線2331・2332)、納付方法について ☎納税課 ☎042・470・7729

7年度市税などの納付にご協力ください

7年度の市税など(固定資産税・都市計画税、市民税・都民税・森林環境税(普通徴収)、国民健康保険税・介護保険料、軽自動車税(種別割)、後期高齢者医療保険料)の納期限は左表の通りです。納期限までに市税などを完納していないと、延滞金が増加されるだけでなく、滞納処分が行われる場合もありますので、ご注意ください。

納付にお困りのときは
病气・事故災害など、やむを得ない事情で納付が困難な場合には、できるだけ早めに納税課(市役所2階)にご相談ください。
☎納税課管理係 ☎042・470・7729

こどもと教育

児童扶養手当を振り込みます

7年3月分および4月分の児童扶養手当を指定預金口座へ振り込みます。
振込予定日 5月13日(火)

※金融機関によっては入金が遅れる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
☎児童青少年課助成支援係 ☎042・470・7736

就学相談は、心身の発達への不安、気になる様子や行動が見られる児童・生徒のために適切な教育環境を一

緒に考えていく相談の場です
受付開始日 5月7日(水)
受付時間 午前9時～午後4時半
☎8年4月に小・中学校へ入学するお子さんについて、特別支援学校・特別支援学級への就学や、特別支援教室への入室などをお考えの保護者

申すHPの専用フォーム(24時間受付)から仮申し込みした上で、受付時間に指導室特別支援教育係(市役所6階)へ電話または直接来庁して、本申し込みをしてください
☎同係 ☎042・470・8032

就学相談は、心身の発達への不安、気になる様子や行動が見られる児童・生徒のために適切な教育環境を一

申込資格次の①～④の全てに該当する方
①高齢者福祉に熱意と理解がある
②申し込み者本人と同居親族が成年者で、都内に住民登録がある(単身不可)
③現に居住するための住居を必要としている
④70歳以下である
※所得制限有
報酬月額 8万5800円(税込)

※別途家賃の半額を市が助成。
勤務場所 都営シルバーピア 中央さくら(中央町1-5-12)
☎同福祉総務課高齢者福祉係 ☎042・470・7749

7年度夜間手話講習会(中級)
日全30回。6月4日～8年3月中旬までの毎週水曜日午後7時～8時半(夏季の一部、祝日、年末年始を除く)
場さいわい福祉センター会議室
対話初級修了者または同等程度で、18歳以上の市内在住・在勤の方
定先着20人
費無料
☎5月7日(水)～16日(金)の平日午前9時～午後5時に電話で同センターへ
☎同センター ☎042・477・2711

談、使用練習▼整形外科医師相談
☎次のすべてに該当する方
▼市内在住で15歳～64歳の方
▼介護保険サービス利用対象でない方
▼医療行為を終え症状が安定し、在宅で訓練を継続するための指導を希望する方
定若千名
☎同電話で同センター ☎042・477・2711(平日午前9時～午後5時)へ

青い鳥郵便はがきを無償配布します
日本郵便株式会社では、身体障害者および知的障害者の福祉に対する理解と認識を深めることを目的として、重度の身体障害者および重度の知的障害者で希望される方に、通常郵便はがき20枚を無料で配布します。
☎身体障害者手帳1・2級愛の手帳1・2度(療育手帳A)
☎6月2日(月)までに郵便局窓口で身体障害者手帳または愛の手帳を提示し、所定の申込書を提出(代理の方の提出も可。郵送の場合は手帳の写しを同封)。お渡し方法は郵送のみ。
☎東久留米郵便局 ☎0570・943・109(ナビダイヤル)

7年度夜間手話講習会(中級)
日全30回。6月4日～8年3月中旬までの毎週水曜日午後7時～8時半(夏季の一部、祝日、年末年始を除く)
場さいわい福祉センター会議室
対話初級修了者または同等程度で、18歳以上の市内在住・在勤の方
定先着20人
費無料
☎5月7日(水)～16日(金)の平日午前9時～午後5時に電話で同センターへ
☎同センター ☎042・477・2711

国民年金 だより

国民年金の加入手続きについて

日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての方は、国民年金に加入することになります。加入者は、職業などによって3つのグループに分かれており、それぞれ加入手続きが異なります。

第1号被保険者(自営業者、学生、農業などに従事している方は、国民年金への加入手続きを年金課や年金事務所の窓口、またはマイナポータルを

利用した電子申請などで行います。国民年金の保険料は自分で納める必要があります。

第2号被保険者(会社員や公務員など、厚生年金保険等に加入している方は手続きは勤務先で行っています。

国民年金の保険料を直接納める必要はありません。これは、厚生年金が加入者に代わって国民年金に必要な費用を負担しているためです。

第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者の方は、第3号被保険者

といい、加入手続きは第2号被保険者の勤務先を経由して行います。国民年金の保険料を直接納めることはありません。なお、第1号



日本年金機構HP

納期限一覧表

	固定資産税・都市計画税	市民税・都民税・森林環境税(普通徴収)	国民健康保険税・介護保険料	軽自動車税(種別割)	後期高齢者医療保険料
1期	6月2日	6月30日	7月31日	6月2日	7月31日
2期	7月31日	9月1日	9月1日		9月1日
3期	12月25日	10月31日	9月30日		9月30日
4期	3月2日	2月2日	10月31日		10月31日
5期			12月1日		12月1日
6期			12月25日		12月25日
7期			2月2日		2月2日
8期			3月2日		3月2日
9期			3月25日		

高齢者福祉

高齢者世話付住宅(シルバピア)生活協力員募集

シルバピアは、高齢者(65歳以上)の一人暮らしや夫婦世帯で住宅にお困りの方が安全で快適な生活が送れるよう、都と市が連携して整備した住宅です。

市では、このシルバピア内に居住して職務に当たる生活協力員(ワーカー)を募集します。

職務内容 居住室に隣接する生活協力員専用住宅に居住し、入居者の安全確認や団らん室の管理など。管理対象は27戸



市HP

さいわい福祉センター機能回復訓練利用者募集

募集期間 随時
利用期間 初回利用から6カ月間
内容 運動療法個別指導▼補装具(車いす、下肢装具、つえなど)の製作・修理の相

相談、使用練習▼整形外科医師相談
☎次のすべてに該当する方
▼市内在住で15歳～64歳の方
▼介護保険サービス利用対象でない方
▼医療行為を終え症状が安定し、在宅で訓練を継続するための指導を希望する方
定若千名
☎同電話で同センター ☎042・477・2711(平日午前9時～午後5時)へ





住環境

5月5日祝日および6日火休のごみ収集

5月5日・6日は祝日および休日ですが、平日と同様に収集します。

ごみと資源物は、決められた収集日の当日、午前8時半までに出してください。小型廃家電類を除く全品目が戸別収集です。

ごみ収集日や分別などのごみ出しルールは市HPでご確認ください。

ごみ対策課 ☎042・473・2117 (粗大ごみの申し込みは ☎042・473・2118 またはインターネットで)



市HP

初期消火能力の向上

消火器による初期消火は、火災の被害軽減や抑制にとっても効果的です。いざという時に確実に消火できるよう、置き場所や使い方を定期的に確認しましょう。

消火器の使用手順は①安全ピンを引き抜く②ホースの先を持ち火元に向ける③レバーを強く握る、の3動作です。防災訓練等に参加して、ぜひ消火器の使い方を覚えましょう。

他東久留米消防署のHP



東京消防庁HP

蚊の発生防止

東京都では6月を「蚊の発生防止強化月間」として集中的な啓発活動を実施しています。

デング熱やジカウイルス感染症など、蚊が媒介する感染症の発生を未然に防止するため、日頃から蚊の発生を抑制するとともに、蚊に刺されないような対策を行います。

◎蚊の発生抑制・防御のポイント

① 幼虫対策 ▼ 不要な水たまりをなくす(例 植木鉢の受け皿、空き缶)

② 成虫対策 ▼ 草むらややがは定期的に手入れをする ▼ 刺されないように長袖の着用や必要に応じて忌避剤(虫避け剤)の活用をする

◎環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753

野生鳥獣について

野生鳥獣は、市にも目撃情報や被害相談が寄せられています。野生鳥獣を見かけても、餌は与えたりせず、できるだけ近づかないでください。

◎カラス被害の予防

6月前後はカラスの繁殖期です。カラスの多くは、卵やひなを守るために、巣やひなに近づくと威嚇などをします。多くのカラスは、餌の捕れる周辺に生息します。餌となりやすい生ごみを少なくするなどのごみの出し方を工夫することが大切です。

予防対策 ▼ カラスを刺激しない ▼ 巣やひなに近づかない ▼ 帽子や日傘で身を守る

◎東久留米消防署防火査察係 担当 ☎042・471・0119 (内線520)

ハクビシンに注意しましょう

ハクビシンについては都内に生息しており、市にも目撃情報や被害相談が寄せられています。ハクビシンは、体長が約90〜110センチで頭部が入れば狭い隙間でも通り抜けます。木登りが得意で夜行性ですが日中も活動します。雑食性で特に果物を好んで食べ、フン

を同じ場所に溜める習性があります。

◎環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753



市HP



飼い主のいない猫(野良猫)への不妊・去勢手術を支援します

市内に生息する飼い主のいない猫(野良猫)を増やさないため、市は公益財団法人どうぶつ基金が手術費などを全額負担する「さくらねこ無料不妊手術チケット(行政枠)」事業に参加しています。同事業の活動に賛同する方にチケットを配布しています。

さくらねこ無料不妊手術チケット(行政枠)とは

飼い主のいない猫に対し「さくらねこTNR(※)」を実施することで繁殖を防止し、「地域の猫」「さくらねこ」として一代限りの命を全うさせ、飼い主のいない猫に関わる苦情や、殺処分

の減少に寄与する活動です。

※さくらねこTNR=Trap/捕獲し、Neuter/不妊去勢手術を行い、Return/元の場所に戻す活動で、その印として耳先をさくらの花びらのようにV字カットすること

対象

市内に生息する飼い主のいない猫に不妊・去勢手術を実施する方

配布

環境政策課窓口(市役所5階)で、毎月1日からその月に使用できるチケットを枚数限定で配布(配布条件あり)

◎環境政策課生活環境係 ☎042・470・7753



さくらねこTNRの解説



さくら耳の猫



ハクビシン

042・470・7753

自転車安全利用

TOKYOキャンペーン

◎管理課管理調整担当 ☎042・470・7764

5月1日(木)~31日(土)は、「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」とし、自転車の安全利用を広く周知し、警察署および関係団体と連携して自転車利用者等への広報啓発活動を実施します。6年中の市内の交通事故件数のうち4割以上が自転車関与の事故です。

安全利用に向けて

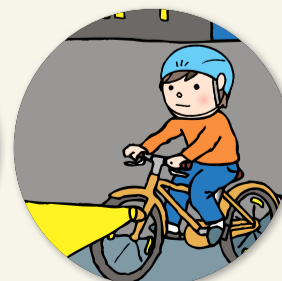
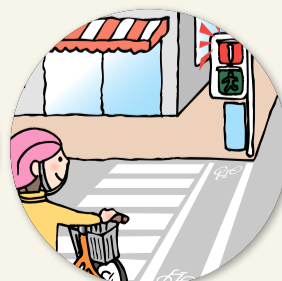
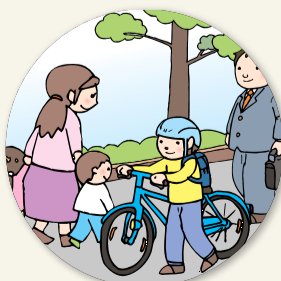
都内では、「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」の規定により自転車保険(自転車損害賠償保険等)への加入が義務化されているほか、道路交通法により年齢を問わず自転車に乗る際のヘルメット着用の努力義務化や自転車を運転しながら携帯電話等を操作する「ながらスマホ」と「自転車の酒気帯び運転」について、新たに懲役や罰金などの罰則規定が整備されました。

マナーを守ろう

自転車は、道路交通法では軽車両に位置付けられ、「車のなかま」です。道路を通行するときは、「車」として、交通ルールを遵守するとともに交通マナーを実践するなど安全運転を心掛けましょう。

自転車に乗るときの基本ルール 「自転車安全利用五則」

- ① 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用



東久留米市自殺対策推進協議会委員募集



市HP

この協議会は、自殺対策に関する機関(団体)の代表と、公募による市民2人の計15人で構成され、多方面から自殺対策の推進に必要な検討を行います。

募集要項など

- 任期など** 7月1日～9年6月30日(2年間)
- 対象** 市内在住の20歳以上で、会議に出席できる方
- 募集人数** 2人
- 報酬** 有

申し込みや問い合わせ

- 申** 5月20日(火)までに(必着)、住所・氏名・年齢・電話番号・職業を記入の上、テーマ「自殺対策のあり方について」の考えを800字以内にまとめ(書式自由)、郵送(〒203-0033、滝山4-3-14、健康課保健サービス係宛て)、kenko@city.higashikurume.lg.jp で送信、または直接同係(わくわく健康プラザ1階)へ持参を
- ※選考結果は、6月中旬に書面で通知します。
- 問** 同係 ☎042・477・0022

お知らせ

5月は赤十字運動月

同月間では全国で赤十字活動のPRイベントと活動資金の募集キャンペーンが行われます。市内では「防災・減災に役立つ知識を身につけよう」というテーマのイベントが開催されます。

5月10日(土)午前11時～午後3時

場 市民プラザ屋内ひろば(市役所1階)

内 ①簡易トイレの説明(簡易トイレをお持ち帰りいた

日本語教室 ボランティア募集

「東久留米にほんごクラス」と「東久留米国際友好クラブ」の2団体では、外国人と一緒に日本語を学習するボランティアを募集しています。日本語で日本語を教えますので、資格や外国

だけです。②三角巾を利用した応急手当の体験③その他、防災・減災に役立つミニ体験④写真パネル展(令和6年能登半島地震災害等)

主催は市赤十字奉仕団 当日会場

問 福祉総務課福祉政策係 ☎042・470・7749



東久留米にほんごクラス

語力は問いません。関心のある方は、説明会にご参加ください。

◎東久留米にほんごクラス 毎週火曜日の午後7時から始まる夜のクラスです。詳細は同クラスHPをご覧ください。

説明会 5月20日(火)午後7時から、市民プラザ会議室(市役所1階)で。5月13日(火)までに申し込みを

◎東久留米国際友好クラブ 日本語教室は大人のクラス(月曜・水曜・木曜日の午前10時から)とこどもの

2会議室

職員募集

会計年度職員募集



市HP

募集の詳細は市HPをご覧ください。

◎児童厚生指導員(会計年度任用職員・専門職)

任用期間 7年6月1日～8年3月31日(終了後再度任用の場合あり)

勤務時間 月曜～土曜日、月124時間、午前8時15分～午後7時の間で4～7時間のシフト勤務(変則勤務あり)

勤務場所 市内学童保育所

募集人数 若干名

報酬 月額22万4170円

※市の規則に基づき、交通費等が別途支給されます

※健康保険・厚生年金・雇用保険の加入あり(勤務日数・勤務時間による)

応募資格の有無有

募集説明会 5月9日(金)午前11時から(40分程度)・50



東久留米国際友好クラブ

クラス(水曜日午後3時から)があります。詳細は同クラブHPをご覧ください。

官公署など

都営住宅入居者募集

募集案内の配布 5月7日(水)15日(木)土曜・日曜日を除く、都市計画課(市役所5階)、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所、東部地域センターほかで配布(配布期間中は都住宅供給公社HPからも取得可)

※5月11日(日)午前9時半～午後5時は、東京観光情報センター前(都庁第一本庁舎1階)で配布。

対 ①世帯向け(一般募集住宅)②若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅)③居室内で病死等があった住宅

※①～③それぞれに申し込み資格がありますので、詳細は募集案内をご確認ください。

申 5月21日(木)まで

日(木)まで

に渋谷郵便局に

(必着)

募集案内に同封の

申込用紙

・封筒に

必要事項

を記入の上

郵送を。

オンライン申し込みも可(5月21日(木)までに都営住宅入居者募集サイト内で申し込み完了したものを受け付け)

問 同公社募集センター ☎03・3498・8894(土曜・日曜日、祝日を除く)

※5月7日(水)～21日(水)は ☎03・5467・9269

または ☎0570・010810(土曜・日曜日を除く)



都住宅供給公社



都営住宅入居者募集サイト

031へ

しごとフェア in 東久留米&清瀬

市と清瀬市、ハローワーク三鷹が共催する「しごとフェア in 東久留米&清瀬」を開催します。

5月15日(木)①面接対策セミナー 11時～11時45分 ②就職面接会 11時45分～12時

場 市民プラザホール(市役所1階)

内 参加企業7社。参加企業・求人内容などはハローワーク三鷹HPで公開

定 ①40人(完全予約制)②事前予約不要

持 ①筆記用具②履歴書・筆記用具

申 電話でハローワーク三鷹職業相談第一部門へ

問 ハローワーク三鷹職業相談

みのり塾 野菜の収穫を体験しよう

環境学習の一環として農家の方と連携し、農作業を通じて水と土の力を学びます。今回はアスパラガスの収穫を行います。

- 日** 5月25日(日)午前10時～正午(予定) ※雨天中止
- 場** 南沢篠宮農園(ひとしファーム)
- 対** 小学生(小学3年生以下は保護者同伴)
- 定** 先着15人(同伴の保護者除く) ※キャンセル待ちはありません。
- 費** 無料
- 持** 飲み物、軍手、タオル、帽子、運動靴などの動きやすい服装
- 注** 雨天中止
- 他** ▼主催=市市民環境会議環境学習部会 ▼協力=環境政策課、子どもセンターひばり、学校法人自由学園 ▼市民環境会議ではサポーター委員を募集しています。詳細は環境政策課までお問い合わせください
- 申** 5月3日(土)午前～9日(金)午後5時に、申し込みフォームで
- 問** 環境政策課 ☎042・470・7753



申し込みフォーム



市HP

談 第一部門 ☎0422・478617

国勢調査の調査員を募集しています

募集の詳細は市HPをご覧ください。

募集期間 5月30日(金)まで

活動期間 9月上旬～11月上旬

対 おおむね20歳以上で健康な方、警察・選挙に直接関係のない方、暴力団およびその関係者ではない方

仕事内容

- ①説明会に参加
- ②担当調査区の巡回および書類の作成
- ③調査票等の配布
- ④未回答世帯への回答依頼
- ⑤調査関係書類の整理および提出

報酬

1調査区約40～70世帯で、原則2～3調査区を担当。1調査区約3万5千円程度(予定)

市HPの申し込みフォームまたは直接総務課(市役所4階)で申込書を記入。その後、面接を経て登録が完了となります

同課統計調査担当 ☎042・470・7810



市HP

都立清瀬特別支援学校 7年度第1回学校公開

5月28日(水)午前10時10分～正午(9時50分受付開始)

全体会(学校長挨拶、学校・学部の概要説明、就学相談について、キャリア教育についてなど)、授業公開、校内見学、質疑応答

定先着1000人

詳細は同校HPをご覧ください

5月1日(木)～20日(火)に同校HPの申し込みフォームで

同校 ☎042・494・05



同校HP

地域の困りごとを解決するアイデア募集

市社会福祉協議会ボランティアセンターでは地域福祉の新しい課題や地域の困りごとに対し、各種団体と社協がお互いの強みを活かして一緒に取り組むとともに、実施にかかる費用を助成します。生活課題の解決につながる企画やアイデアをお待ちしています。詳細は同協議会HPの「地域協働事業ガイドライン」をご覧ください。

▼複数の自治会や自主防犯組織、福祉施設および団体等が協働して実施する避難所運営訓練事業▼福祉施設等による地域福祉に関する事業▼オンラインを活用して取り組む地域福祉に関する事業▼福祉関連団体・施設間で協働する地域福祉に関する事業

※8年3月までに事業が終了するものに限りです。

市内で活動する非営利団体(ボランティア団体や市民活動団体福祉施設、複数の会からなる実行委員会など)

助成額 1事業5万円～10万円



都主税局HP

郵送や電子による申告、申請・届出、キャッシュレスによる納付方法をぜひご利用ください。

詳細は、都主税局HPをご覧ください。

立川川都税事務所 ☎042・523・3171

都税に関する手続きが来所せずにできます

東京都主税局では、納税者の方が都税事務所等に来所することなく、郵送やインターネットなどで手続きできる仕組みを設けています。

STOP THE 不法電波!

総務省では、6月1日～10日を「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動および不法無線局の取り締りを強化します。電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。電波のルールはみんなで守りましょう。

関東総合通信局▼不法無線局による混信・妨害

テレビ・ラジオの受信障害

☎03・6238・1939



同協議会HP

市民伝言板

会員募集

- ◆本村小体操会 = 毎週月曜～土曜日午前6時半～7時 本村小学校 入会費1,200円 朝運動して体温を上げることが免疫力を高め健康につながります 伊東 ☎042・471・7114
- ◆東久留米ファイターズ = 毎週火曜日午後3時～6時 南町運動広場 入会費1,000円、会費年6,000円 年齢男女不問。切磋琢磨、和気あいあいプレーを楽しんでいます 宝崎 ☎090・9323・8159
- ◆筆を楽しむ会 = 毎月第1・第3・第5金曜日午後1時～4時半 中央町地区センター 入会費月500円 中国水墨画を楽しく学びます(講師料1回1,000円) 初心者歓迎 高橋 ☎090・5771・6132
- ◆歴史を語る会 = 隔月1回。金曜日午後1時～3時 生涯学習センター 入会費1回600円 次回は5月16日(金) 演題は大航海時代②「エンリケ航海王子」。講師は近藤幸徳氏 飯澤 ☎090・4172・3514
- ◆不動橋広場体操会 = 毎日午前6時10分～6時50分 不動橋広場 入会費年1,200円 ラジオ体操等で健康維持と会員相互の触れ合いを 鶴見 ☎042・421・9130
- ◆遊友会グランドゴルフ = 週2回。水曜日午後1時～3時、木曜日午前9時～正午 不動橋グラウンド 入会費1,000円、会費6ヵ月1,000円 体験歓迎、健康で明るく楽しいクラブです。一緒に楽しみませんか 五十嵐 ☎090・7232・3786
- ◆ユニカール東久留米 = 毎週水曜日午前

- 9時20分～正午 青少年センター 入会費1,000円、会費年4,000円 じゅうたん上で行うカーリング。シニア向けの適度な運動です 吉川 ☎080・6818・3065
- ◆フラワーサークル 美ら花 = 毎週金曜日午前11時～午後0時半 浅間町地区センター 参加時のみ維持費500円 初心者の方大歓迎。お花を通して日々の生活に癒しと彩りを。一緒に楽しみましょう 山城 ☎080・5007・3939
- ◆水曜囲碁クラブ = 月4回。水曜日午後0時半～3時半 生涯学習センター 入会費1,000円、会費月500円 初級者女性大歓迎。通常対局の他全員総当たりのリーグ戦も行います 橋本 ☎090・9373・6214
- ◆フラ教室クワアイリマ = 月3回。週末午後7時20分～9時 柳泉園 入会費3,000円、会費月4,500円 ハワイ人プア・カメラロハさんの日本校です。楽しく美しい本場のフラ。初心者大歓迎 松元 ☎090・1204・6241
- ◆カラオケ ひまわりクラブ = 月2回。水曜日午前10時～正午 東部地域センター 入会費1,000円、会費月2,000円 プロの作曲家先生が歌の基礎から親切で丁寧に指導します 荒川 ☎090・7404・1510
- ◆楽しく英語を学ぶ会 = 毎月第1・第3月曜日午前10時～11時50分 中央町地区センター 入会費1回100円 時事問題、健康、旅行等の英文記事を各々が紹介。英語中級程度 竹山 ☎090・3819・3636
- ◆楽書会 = 月1回～2回。土曜、日曜日午後3時10分～6時半 生涯学習センター 入会費1回1,500円 美しい字を目指しつつ、書作品を通して心模様を楽しみましょう 齊藤 ☎080・5485・0725

催し

- ◆KKギタークラブ・ミニコンサート(KKギタークラブ) = 5月20日(火)午前10時半開演(10時20分開場) 市民プラザホール(市役所1階) 入場料無料 「モルダウ」「グリーンスリーブス」「小雨降る径」「二つのカノン」等演奏します 渡下 ☎042・465・4466
- ◆東久留米パーキンソン病友の会医療講演会(東久留米パーキンソン病友の会) = 5月17日(土)午後1時開演 西部地域センター多目的ホール 無料 国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター野網恵氏 能見 ☎042・473・1457
- ◆染工房さたけ藍染展(染め工房布fu) = 5月21日(水)～25日(日)午前11時～午後6時(最終日は午後5時まで) 染め工房布fu(本町3-7-11) 無料 藍染作家の佐竹氏の藍染の洋服や小物を展示販売します 布澤 ☎090・9950・1178
- ◆中国語学習会(入門、初級)(華語の友) = ①5月19日(月)午後2時～4時半 ②5月19日(月)午後8時～9時半 ①東部地域センター ②市民プラザ・市民ひろば 無料 学習会を通して中華文化に多くの市民が触れ、学べる機会をつくり、共に楽しむ 大山 ☎070・8335・1963
- ◆人生のしまい方 あれこれ(NPO法人ゆいまある) = 5月24日(土)午前10時～正午 ゆいまある(南沢2-3-11) 参加費500円 終活コンサルタントの田中友子さんを招いての企画です。ご期待を 袴田 ☎042・479・2307
- ◆第二回静軒茶会(静軒会) = 5月25日(日)午前10時～午後3時 成美教育文化会館3階和室 茶券料2,500円 新緑の候、茶の湯のひと時をお楽しみください。事前申込み制 亀岡 ☎090・9850・0063



くらし

スマホ講座

スマートフォンの基本操作から、行政サービスの利用など(応用講座のみ)まで分かりやすく学んでいただけます。

日▼基本講座= 6月9日(月)▼**応用講座**= 6月16日(月)。いずれも午前10時～正午と午後1時半～3時半の2回開催
場生涯学習センター集会所1・2 **対**60歳以上のスマホ初心者の方 **定**各回20人(応募多数の場合は抽選) **師**スマートフォンアドバイザー **費**無料 **持**ご自身のスマホ(お持ちの方のみ) ※貸し出しあり。 **注**希望日時は第2希望までお申し込みください **申**5月15日(木)までに(消印有効)、1人1枚の往復はがきに「スマホ講座」・希望される講座名と時間(第一希望、第二希望)・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・スマートフォン持参の有無を記入の上(返信用にも住所・氏名)、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター宛て郵送を。同センター **申**からも申込可 **同**センター ☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時)



同センター **申**

癒しのアロマヨガ

老若男女何歳からでも身体のバランスを整え、アロマによるリラックス効果、アンチエイジング効果が楽しめます。

日毎月第3日曜日▼**アクティブクラス**=午前10時～11時と午前11時半～午後0時半の2回▼**リラックスクラス**=午後1時半～3時 **場**滝山地区センター集会所 **定**各先着12人(要予約) **師**AZUSA氏(IHTA認定ヨーガインストラクター) **費**1回700円 **持**ヨガマット、厚手のバスタオル、汗拭きタオル、飲み物 **他**動きやすい服装で **申**5月2日(金)午前9時から電話または直接西部地域センター窓口で **同**西部地域センター ☎042・471・7210



男女平等推進センター主催講座

同男女平等推進センター ☎042・472・0061

<つながるカフェ>

毎月第2木曜日に、ひきこもりなどの生きづらさを抱えている女性向けの交流の場<つながるカフェ>を開催しています。

日5月8日(木)午後2時～3時半 **場**市役所7階704会議室 **内**参加者の皆さんと気軽におしゃべりを楽しめます。詳細や今後の日程は申し込みフォームにてご確認ください

対ひきこもりなどの生きづらさを抱えている女性

定15人 **申**申し込みフォーム、電話(☎042・472・0061)、または直接男女平等推進センター(市役所2階、平日午前9時～午後5時)へ



申し込みフォーム

<シネマdeおしゃべり>

映画と上映後の「おしゃべりタイム」を通じて、一人ひとりが尊重される生き方を考えます。

日5月23日(金)午後2時～4時 **場**市民プラザホール

内▼**上映作品**＝「ピナ・バウシュ 夢の教室」▼**映画紹介**＝2009年に急逝した世界的な舞踏家、ピナ・バウシュの、生前最後の映像を収めた貴重なドキュメンタリー。ピナ・バウシュのもとに、ダンスも演劇も経験のない40人のティーンエイジャーが集まった。志望の動機も様々な少年・少女たち。「でき

ない」「意味がわからない」と、最初はダンスに二の足を踏んでいた彼らも、ピナやコーチたちの指導を受けながら、稽古に励み、感情をさらけ出す濃密な時間の中で、彼ら自身も自らの変化に気づき始めてゆく。監督はアンネ・リンゼル▼2010年製作▼上映時間89分 **定**先着25人(要申し込み)

申5月1日(木)午前9時から、申し込みフォーム、または電話(☎042・472・0061)で申し込みを



申し込みフォーム

市民大学短期コース受講生募集



さまざまな分野での豊かな経験を持つ市民講師が講座を開講します。市民同士の学び合いの場に参加しませんか。

日6月3日(火)～7月15日(火) **場**生涯学習センター **内**講義・体験学習 **対**市内在住・在勤・在学の方 **定**師下表参照 **費**▼1回コース＝200円▼3回コース＝500円 **持**詳細は、市文化協会 **申**をご確認ください **注**10人以上の応募がない場合は開講しません(全講座共通) **申**5月14日(水)までに(必着)、郵送(通常はがきに講座名(複数可)・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年代・性別・電話番号を記入の上、〒203-0054、中央町2-6-23、生涯学習センター内、市文化協会事務局「市民大学短期コース申し込み」係宛て)、または同協会 **申**から申し込みを **同**同協会事務局 ☎042・477・4700



同協会 **申**

表 7年度市民大学短期コース (前期) 講座一覧

No.	講座名	講師名(敬称略)	定員(人)	日程	時間※1	講座概要
1	笑顔でほめてほめられてわきあいあい	高橋 真義	20	6月3日(火)・17日(火)、7月15日(火)	午前	コミュニケーション力を磨き、多くの仲間と出会える「安全な場」を体感してみませんか
2	自分の価値観からキャリアを考えてみよう!	新井 麻由美	16	6月3日(火)	午後2	気づいていない自分の価値観に触れ、そこから将来のキャリアを考えてみる
3	幸せ瞑想とストレッチ	木暮 麻里	12	6月5日(木)・12日(木)・19日(木)	午前	瞑想で心のそうじ、ストレッチで体のそうじで生まれかわろう!
4	戦後80年、日韓関係から日本の近現代史を考える	竹下 里志	15	6月5日(木)・12日(木)・19日(木)	午後1	日韓関係を歴史的に振り返り、友好のあり方を一緒に考えます
5	道路陥没事故及び、海外での建設工事について	吉田 憲一	15	6月6日(金)・20日(金)、7月4日(金)	午前	道路陥没事故の考察及び、海外での生活環境について
6	民族性からみえる日本人の未来	國米 家己三	36	6月6日(金)・13日(金)・20日(金)	午後1	混沌・迷妄の時代、この国を貫く民族特性とその未来を考える
7	ラフマニノフの音楽を聴く	本田 純	20	6月6日(金)	午後2	ラフマニノフの人生について勉強し、その音楽を聴きます
8	電気自動車の「いろは」	當麻 肇	36	6月11日(水)	午前	電気自動車とバッテリーについて基本的なポイントを解説します
9	声のボランティア(音訳)の世界をのぞいてみませんか	辻 まゆみ	10	6月17日(火)・24日(火)、7月1日(火)	午後1	音読が好きな方、その声を視覚障がいの方々の為に使う講座です
10	はじめてのヨガ	岩松 菜奈	10	6月24日(火)	午前	ヨガで呼吸を深め、楽しく体を動かしましょう!!
11	大英帝国の戦う女王ヴィクトリア～その栄光と悲劇～	石崎 敬子	36	7月14日(月)	午後1	63年間に渡り君臨、イギリスに繁栄をもたらした女王のお話

※1 午前=午前10時～正午、午後1=午後1時～3時、午後2=午後4時～6時

図書館

5月の休館日

金曜日は全館休館です。中央図書館は20日(火)も休館です。
中央図書館 ☎042・475・4646



よもう! あそぼう! かがくの本
「おいしいお茶のかがく」

テーマは「抽出」。いつも飲んでいるお茶は、どのように作られているのかな? いろいろな「抽出」を試してみよう。

5月18日(日)午前10時半~11時半 南部地域センター 2階講習室
6月1日(日)午前10時~11時半 中央図書館 1階北開架室
5月1日(木)~17日(土)に電話または直接ひばりが丘図書館カウンターで(休館日を除く)
同館 ☎042・463・3996



読み聞かせ入門講座

保護者ボランティアで初めて絵本を読む方、子ども向けの読み聞かせを始めたいという方、興味のある方に向けて入門講座を開催します。

6月1日(日)午前10時~11時半 中央図書館 1階北開架室
5月1日(木)~31日(土)に電話または直接同館カウンターで(休館日を除く)
同館 ☎042・475・4646



文化

市民プラザ アフタヌーンコンサート

0歳から大人まで、皆で楽しむコンサートVol.2

5月17日(土)午後1時~2時(午後0時半開場) 市役所 1階屋内ひろば
5月24日(土)午後2時~3時半 東部地域センター講習室
5月2日(金)午前10時から電話で同センターへ
同センター ☎042・470・8020



第54回市民文化祭 ポスターデザイン画募集

秋の文化の祭典「第54回市民文化祭」を開催します。開催にあたり、同文化祭ポスターに採用するデザイン画を募集します。



規格=八つ切り(38cm x 27cm)以上の画用紙(コピー用紙不可)
描き方=色は自由、用紙に縦書き
入選作品=最優秀作品1点(ポスターとして採用および文化祭オープニング式典で表彰)
応募は1人1点まで。
6月13日(金)までに(必着)、応募画用紙の裏面に氏名・住所・電話番号(学生の場合は学校名・学年も)を記入の上、郵送(〒203-0054、中央町2-6-23、市文化協会事務局「市民文化祭ポスターデザイン画募集係」宛て)または直接同協会へ
同協会 ☎042・477・4700(第4月曜日を除く、平日午前9時~午後5時)



過去の市民文化祭ポスター
*中央のデザイン画を募集します

実行委員会の開催

同文化祭では、市文化協会と参加する皆さんで実行委員会を組織し、企画・運営を行います。同文化祭の準備を進めるために、実行委員会を開催します。各種展示・ホール発表・催事の部門別の参加希望者で実行委員として協力していただける方は、同協会へご連絡ください。

5月17日(土)午後1時半から 生涯学習センター学習室1・2
主催=市教育委員会
共催=市文化協会
同協会 ☎042・477・4700(第4月曜日を除く、平日午前9時~午後5時)へ

東部演芸館 ~初夏を彩る名曲の数々~

東久留米市演奏家協会の皆さんによるステージです。初夏の午後の一時をクラシックの音色で癒されてください。

5月24日(土)午後2時~3時半 東部地域センター講習室
先着70人
観覧券500円(前売り)
同センター ☎042・470・8020



国登録有形文化財「村野家住宅」(願想園)春の特別見学会



村野家住宅「主屋」

市内で唯一の茅葺民家「村野家住宅」を特別公開します。「村野家住宅」は江戸時代から明治期にかけての景観が残る柳窪にあり、平成23年に、主屋・離れ・土蔵3棟・葉医門・中雀門の7件が国の登録有形文化財となっています。同住宅は個人住宅であるため普段は見学ができませんので、この機会にご覧ください。

開催日時 6月7日(土)午前10時~11時半と午後1時~2時半
集合場所=「村野家住宅」前(柳窪4-15-41)、「柳窪一丁目」バス停から徒歩11分
各回先着50人
観覧券700円(資料代・保険代・茶菓代・維持協力費)
主催=株式会社兼七

株式会社兼七 後援=市
5月27日(火)までに(必着)、参加希望日と午前・午後の希望(第2希望まで記入可)・住所・氏名・電話番号・同伴者氏名(2人まで)・返信用の宛名(往復はがきの場合のみ)を記し、メールアドレス入の上、郵送(〒187-0041、小平市美園町1-6-1-207、株式会社兼七内「村野家住宅特別見学会係」宛て)、または(ksoen.kengaku@gmail.com)で送信を
株式会社兼七「村野家住宅特別見学会係」(平日のみ) ☎042・344・6735または市郷土資料室 ☎042・472・0051



こどもが描く! 夢がたなびく! 東久留米 こいのぼりアート

~魔法のクレヨン・キットパスで、こどもたちの創造力が泳ぎだす~

「みんなdeアート2025」の第一弾。小山小学校の児童の皆さんが、市役所屋内ひろばのガラス面に自由な発想で、こいのぼりアートに挑戦します

展示期間= 4月30日(水)~5月17日(土)

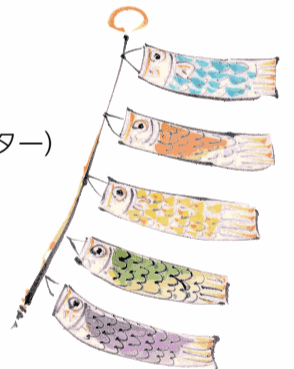
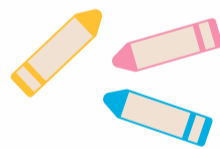
*最終日は午後3時まで

市役所 1階屋内ひろば

鈴木信子氏(キットパスインストラクター)

企画協力は日本理化学工業(株)

市民プラザ ☎042・470・7813



多摩六都科学館 Tamarokuto Science Center

0歳からのプラネタリウム

いっしょにおほしさまをながめよう! 赤ちゃん大歓迎! 泣いてもOK! 0歳から3歳くらいのお子さんとお楽しむプラネタリウムです。

5月13日(火)午前10時半~11時、11時半~正午の2回
多摩六都科学館 0歳~3歳くらいの乳幼児とご家族
各回先着234人
観覧券付入館券(展示室+プラネタリウム1回)1,040円(4歳~高校生420円)
乳幼児をお連れでない方の観覧はお断りする場合があります
次回は7月17日(木)開催
当日開館時よりインフォメーションにて観覧券を販売
同館 ☎042・469・6100



イベント・講座

児童館

子どもセンターあおぞら

前沢4-25-8 ☎042・471・7071

■幼児のつどい

日 5月8日(休)が「畑のかつどう」、15日(休)が「空気ドームであそぼう」いずれも午前10時半～11時半 1～4歳児と保護者 8日は雨天の場合、サーキットあそび 当日会場

■スポーツで元気

日 5月13日(火)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん、午後2時半～3時が幼稚園・保育園に通っている年年代から「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び 各15組 飲み物 動きやすい服装 5月7日(水)午後1時半から電話または来館で

■ベビーヨガ

日 5月16日(金)午前10時～10時45分 首が据わった12カ月までのお子さん 各8組 崎田千佳子氏 bastol、飲み物 予防接種を受けて72時間以内の乳児はご遠慮ください 動きやすい服装 5月7日(水)午前10時から電話または来館で

■0ちゃんタイム

日 5月23日(金)午前10時半～11時半 栄養士による離乳食講座 0歳児と保護者 各10組 5月12日(月)午前10時から電話または来館で

中央児童館

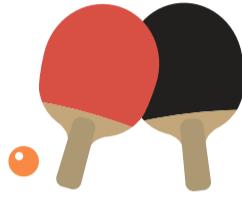
中央町1-10-11 ☎042・476・2161

■スポーツで元気

日 5月2日(金)午前10時半～11時が首が据わったお子さん～ハイハイまでのお子さん、午前11時15分～11時45分が歩き始めているお子さん、午後2時半～3時が幼稚園・保育園に通っている年年代から、午後3時10分～3時40分、3時50分～4時20分が小学生以上 1「リーフスポーツ」の体操の先生による簡単な運動遊び 飲み物 動きやすい服装で、小学生以上は室内履き 当日会場

■卓球大会

日 5月3日(土)祝午後3時から トーナメントもしくは総当たり戦を行います 小学生 当日会場



■おはなし会

日 5月6日(火・休)・13日(火)いずれも午後3時50分から 絵本の読み聞かせや素話など 小学生 協力はおはなしくぬぎ、中央図書館 当日会場

■幼児のつどい

日 5月8日(木)が「アスレチックあそびと5月お誕生日会」、15日(休)が「弓矢であそぼう」いずれも午前10時半～11時15分まで 1～4歳児と保護者 当日会場

■バックギャモンの日

日 5月10日(土)午後2時から 大昔に生まれたボードゲームを講師の先生に教わりながら楽しもう!! 小学生以上 日本バックギャモン協会 当日会場

けやき児童館

大門町2-10-5 ☎042・474・6653

■幼児のつどい

日 5月8日(木)「おそうじ大作戦!」、15日(休)「リズムあそび」いずれも午前10時半から 1～4歳児と保護者 当日会場

■スポーツで元気

日 5月9日(金)①午前10時半～11時がハイハイまでのお子さん②午前11時10分～11時50分が歩き始めのお子さん③午後2時半～3時15分が園児年代④午後3時半～4時半が小学生以上 ①・②は各12組程度③は15組程度④のみ室内履き 参加人数により、交代制になる場合があります 動きやすい服装で 当日会場

■おはなしの日

日 5月13日(火)午前11時～11時25分 絵本の読み聞かせや手遊びなど 乳幼児と保護者 読みくろおはなしの会 当日会場

■赤ちゃん広場

日 5月14日(水)午前10時半～11時半 助産師さんによる体重測定と育児相談 0歳児と保護者 ひがくるめ助産師会 当日会場

子どもセンターひばり

ひばりが丘団地8-11 ☎042・464・9300

■リバーシ大会

日 5月3日(土)祝午後3時半から 小学生 当日会場

■幼児のつどい

日 5月8日(木)が「お外遊び」、15日(休)が「スタンプ遊び」いずれも午前10時半～11時10分 1～4歳児と保護者 当日会場

■防災教育の日

日 5月11日(日)午後3時半から 地震・火災を想定した訓練 利用者全員 当日会場

■スポーツで元気

日 5月12日(月)①午前10時半～11時が首が据わったお子さん②午前11時10分～11時50分が歩き始め～ひとりで歩けるお子さん③午後2時半～3時15分が幼稚園・保育園に通っている年年代から④午後3時半～4時半が小学生以上 参加人数により、交代制になる場合があります 動きやすい服装で 当日会場

■ひばりスポ

日 5月17日(土)午後5時半から ダブルダッチ 中学・高校生世代 室内履き 当日会場

子育て

こども家庭センター(滝山ひろば)

わくわく健康プラザ2階 ☎042・420・6743

■本村小なかよし広場

日 5月2日(金)午前10時～11時半 本村小学校相談室 お子さんと遊びながら育児の情報交換 乳幼児と保護者 徒歩か自転車であそびを 当日会場

■わくわくおはなし広場

日 5月27日(火)午前11時～11時20分 同センター地域活動室 乳幼児向けの絵本の読み聞かせ、ペープサート・手遊びや親子の触れ合い遊び 0歳～未就学児と保護者 各10組 5月13日(火)午前10時から電話または同ひろばで

地域子育てひろば上の原

上の原1-2-44 ☎042・420・9011

■休館のお知らせ

5月15日(休)は館内整備のため休館します。

■おはなし広場

日 5月19日(月)午前11時～11時半 ポランティアによる読み聞かせや手遊びなど 1歳以上の乳幼児と保護者 各10組 5月12日(月)午前10時から電話または同ひろば上の原で

中部N P講座

「Nobody's perfect～完璧な親なんていない!」初めから一人前の親なんていません。みんな周りの助けを借りながら親になっていくのです。互いの悩みや育児に関することを皆さんで話し合い、自分にあった子育ての仕方を学び合います。子育て仲間を作って楽しい子育てをしましょう。

日 全6回。6月5日～7月10日の毎週木曜日午前10時～正午 健康プラザ2階会議室 市内在住の乳幼児を子育て中の方で、全6回参加できる方 各10組 同講座の参加はじめて受講の方のみ お子さんの保育あり 5月7日(水)午前10時からこども家庭センター(滝山ひろば)で 同ひろば ☎042・470・6743

児童の居場所づくり事業

市では、公共施設などを活用して地域の子ども達に健全な遊びを提供する「児童の居場所づくり事業」を実施しています。



■小山台遺跡公園(屋外)

日 5月17日(土)午前10時～正午 シャボン玉あそび 乳幼児～小学生

■本村小学校(屋内)

日 5月20日(火)午後4時～5時半 体育館 じゃんけん遊び 小学生 《共通事項》

持タオル、飲み物。屋内は上履き、屋外は帽子 徒歩か自転車であそびを。食べ物は原則持ち込み禁止 乳幼児は保護者同伴 動きやすい服装で参加を 内容を変更する場合あり 当日会場 児童青少年課 児童青少年係 ☎042・470・7735

放課後講座「ソルトペイントで絵を描こう」

生涯学習センターでは月1回、小・中学生を対象に放課後講座を開講しています。

日 5月28日(水)午後4時～5時 生涯学習センター創作室 塩とボンドで絵を描いたら、絵の具をつけて色付けしよう 小学生 中学生 先着12人 生涯学習センタースタッフ 無料 筆記用具 5月1日(日)午前9時から電話(☎042・473・7811(第4月曜日を除く午前9時～午後9時))または同センターで



いきいき健康家族 No.220

「画像診断について①」

皆様は画像診断についてはどこまでご存じでしょうか? 今後、皆様にも検査が必要になることがあるかもしれません。私は放射線科医であり、また画像診断クリニックを開院しておりますので、「画像診断とは何か?」について解説させて頂き、これらに対する疑問の解消に寄与できればと考えます。まず、「放射線科医とは」についてですが、放射線診断医と放射線治療医がおります。後者は放射線治療を専門に行う医師です。私は前者の放射線診断医であり、CTやMRIなどといった画像に対し、細かく診断していくのが主な業務内容となっております。このため、内科や整形外科から産婦人科や耳鼻科などにわたる多岐な領域の知識が必要となる反面、薬剤などに関してはやや疎いという、特殊な医師、と認識していただければ幸いです。

また、画像検査には「放射線技師」が欠かせない存在であります。彼らの専門的な知識や経験により、その撮影に対して最適な位置決めや画像の描出を行い、これにより

有益な画像診断を行うことができます。

画像診断についてですが、病気を治療する前にまず正確な診断が必要となります。その為には身体所見(いわゆる聴診や触診など)や血液検査などに加え、必要により画像検査を行います。もちろん身体所見にて診断がつくことも多いのですが、そうでない場合に色々な検査が重要になってきます。

いわゆるレントゲン検査の他、CT、MRI、エコー検査、胃透視検査、注腸検査などから、核医学検査、血管造影検査、PET検査などが挙げられます。

これだけ多くの画像検査が存在するには訳があり、どの検査にも得意・不得意な領域がございます。また他の検査で見つかった怪しい所見を別の検査でより詳しく検査する事も可能です。

これら上記に挙げさせて頂いたなかで、当院ではCTおよびMRIの撮像、診断を行っているため、これらの画像検査について次回以降解説させて頂きます。

(東久留米市医師会)



東久留米市プロモーション動画

市公式X



市公式動画チャンネル



市公式Facebook



市LINE公式アカウント



↓ 市政へのご要望・ご意見はこちらへ

- ◎ご意見箱設置場所
市役所1階屋内ひろば、上の原・ひばりが丘・滝山の各連絡所
- ◎エコーテレホン・エコーファクス
☎・FAX042・472・1131(夜間・休日のみ)
- ◎ホームページ(<https://www.city.higashikurume.lg.jp>)のご意見箱(「東久留米市について」「広報・広聴」「声をお聞かせください」から)

〈今月の月間・週間案内〉水防月間、憲法週間(1日～7日)、児童福祉週間(5日～11日)、地質の日(10日)、看護の日(12日)、国際生物多様性の日(22日)

けんこうとイベント・講座は8面まで続きます

けんこう

特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診

7年度の特定健診・後期高齢者健診・無保険者健診の受診月は誕生月ごとに次のとおりです。個別通知は受診月の前月下旬に発送します。

- 回▼4・5・6月生まれの方=6月
- ▼7・8・9月生まれの方=7月
- ▼10・11月生まれの方=8月
- ▼12・1月生まれの方=9月
- ▼2・3月生まれの方=10月
- ▼諸事情により受診が難しい方=11月
- 回▼特定健診=市国民健康保険加入者で8年3月31日時点で40歳～74歳の方
- ▼後期高齢者健診=後期高齢者医療被保険者
- ▼無保険者健診=生活保護受給者などで8年3月31日時点で40歳以上の方
- 注 後期高齢者医療保険への切り替えの関係上、昭和25年6月生まれの方は7月に後期高齢者健診として、昭和25年7月生まれの方は6月に特定健診としてご案内します
- 回7年3月以降に国民健康保険に加入した方などで、個別の通知が届かない方は健康課特定健診係へお問い合わせください
- 回同係 ☎042・477・0013

子ども相談

回5月13日(火)午前9時半～午後3時
場わくわく健康プラザ相談室2
内お子さんの成長や発達、ことば、話し方、育児疲れなどの相談を心理相談員がお受けします

電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ

すくすく子育て相談

回5月16日(金)午前9時半～午後2時
場わくわく健康プラザ
内育児の相談、身体測定
注乳幼児と保護者
回市HPの申し込みフォームまたは子育て応援アプリ「くるめっこナビ」健康課予約システムで
回健康課保健サービス係 ☎042・477・0022



10年後も笑顔で暮らす介護予防体操

椅子に座って行う手軽な体操です。転倒しない・寝たきりにならない身体づくりをここから始めましょう。

回5月19日(月)午前10時～11時
場市民プラザホール(市役所1階)
定先着40人(要予約)
師森永とし枝氏(介護予防指導員) ☎200円(当日集金)
持飲み物、タオル
他運動しやすい服装で
申5月2日(金)午前10時から電話または直接市民プラザ窓口で
回同プラザ ☎042・470・7813

BCG予防接種

回5月21日(水)場わくわく健康プラザ
回6年12月生まれの乳児(生後6カ月以上1歳になる誕生日の前日までの未接種の乳児も可)
持母子健康手帳、予診票
他日程の都合がつかない方は、次回6月18日(水)でも接種可
回当日会場
回健康課予防係 ☎042・477・0030

食事・健康相談(保育付き)

生活習慣病予防や、普段の生活を

より健康的に見直したい方の食事・健康相談を実施しています。ご本人のほか、ご家族からの相談もできます。

回5月27日(火)午前9時～11時45分(予約制。1人30分程度)
場わくわく健康プラザ1階
内生活習慣病予防や健康づくりについての個別相談、体組成(体脂肪率や筋肉量など)の測定

回健康診断の結果表、食事記録など
他生後5カ月～未就学児の保育あり。子育て中の方も気軽にご利用いただけます

申市HPの申し込みフォームまたは電話で健康課保健サービス係 ☎042・477・0022へ



離乳食への移行、離乳食からの移行について知ろう!

回健康課保健サービス係 ☎042・477・0022

離乳食ステップ②

離乳食2回食へ移行時期の離乳食についてお伝えします。

回5月28日(水)午後1時15分～2時半
場わくわく健康プラザ
内2回食に移行時期の離乳食の紹介と試食
回6年10・11月生まれのお子さんと保護者
定先着12組
師管理栄養士



離乳食ステップ④

1歳頃から幼児食へ移行する前の離乳食完了期の食事についてお伝えします。

回5月28日(水)午前9時45分～11時
場わくわく健康プラザ
内離乳食完了期の食事の紹介と試食
回5年11月～6年6月に生まれたお子さんと保護者
定先着10組
師管理栄養士



共通事項

- 持申し込み時に確認してください
- 申5月1日(木)より市HPの申し込みフォームまたは子育て応援アプリ「くるめっこナビ」健康課予約システムで



広告欄 内容については広告主にお問い合わせください

Large empty box for advertisements.

休日・準夜間診療 保険資格が確認できるものをご持参ください(資格確認ができないと自費診療になります) 受診時は必ず事前に電話でご連絡ください。

休日診療(日曜日と祝日の午前9時～正午および午後1時～4時半)
※混雑状況により受付時間が変更になる場合があります。

内科・小児科※薬の処方最低限の日数です。
5月3日・4日・6日・11日=休日内科診療所
(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・473・3663)
5月5日=石橋クリニック(東本町8-9、☎042・477・5566)

歯科
5月3日・4日・5日・6日・11日=休日歯科診療所
(滝山4-3-14(わくわく健康プラザ内)、☎042・474・5152)

休日準夜間診療医療機関(診療科目・時間などは当日事前にご確認ください)
5月3日・5日・11日=前田病院
(中央町5-13-34、☎042・473・2133)
5月4日・6日=滝山病院(滝山4-1-18、☎042・473・3311)

平日準夜間小児初期救急診療
月曜・水曜・木曜・金曜日(午後7時半～10時半、受付は10時20分まで)
=佐々総合病院(西東京市田無町4-24-15、☎0570・01・3399)
月曜～金曜日(午後7時半～10時半)
=多摩北部医療センター(東村山市青葉町1-7-1、☎042・396・3811)